Rok XVII. Luty 1897. Nr. 2.

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

„SOKÓŁ"

ORGAN ZWIĄZKU POLSKICH GIMNAST. TOWARZYSTW SOKOLICH.

WYCHODZI PIERWSZEGO KAŻDEGO MIESIĄCA.

REDAKCYA WE LWOWIE ULICA ZAMOYSKIEGO L. 18; ADMINISTRACYA ULICA ZIMOROWICZA L. 5.

Prenumerować można: w Administracyi, w kancelaryi Tow. „Sokół" l. 8. ul. Zimorowicza i we wszystkich księgarniach.

Cena prenumeracyjna:

Miejscowa	rocznie
bez przesyłki . . .	1 zł. 20 ct.
z przesyłką . . .	1 „ 30 „
Zamiejscowa	
z przesyłką . . .	1 „ 50 „
Miejscowa	półroczn.
bez przesyłki . . .	65 ct.
z przesyłką	70 „
Zamiejscowa	
z przesyłką	80 „

Numer pojedynczy bez przesyłki 15 ct.

Przedpłata roczna z przesyłką pocztową pod opaską:

Do Królestwa polskiego, Litwy, Rosyi 1 rs. 50 kop.

Do W. Ks. Poznańskiego, Prus i Niemiec 3 marki.

Do krajów związku poczt. Europy i Stanów Zjed. Ameryki 5 franków.

Do krajów innych podług taryfy pocztowej z doliczeniem opakowania i t. d.

Pilne korespondencye upraszamy nadsełać najdalej do 20. w miesiącu.

Od Administracyi.

Upraszamy Towarzystwa do Związku sokolego należące, o bezzwłoczne wykazanie liczby członków z końcem 1896, a to dla uregulowania nakładu „Przewodnika".

Prenumeratorów upraszamy o przesłanie prenumeraty na rok 1897, w przeciwnym razie przesełka dalszych numerów „Przewodnika", stanowczo wstrzymaną zostanie.

Przypomnienie.

Okólnikiem z 22. października 1896 wezwaliśmy Towarzystwa należące obecnie do Okręgu stanisławowskiego i tarnowskiego, aby w myśl uchwały IV. Zjazdu delegatów w Krakowie, oświadczyły się co do zażądanego na tym Zjeździe podziału powyższych Okręgów.

Dotychczas z Okręgu stanisławowskiego dały odpowiedź dwa gniazda, a nie ma jej z gniazd dziesięciu, z Okręgu zaś tarnowskiego mamy ją z sześciu gniazd, a brak jej z pięciu.

Gdy wobec tego trudno nam przystąpić do ostatecznego załatwienia sprawy, która jest nader ważną, a nierozstrzygnięta wpływa ujemnie na tok czynności w powyższych Okręgach, przypominamy bezzwłoczne nadesłanie brakujących dotąd odpowiedzi.

Wydział Związku.

Ćwiczenia ciała wedle ich fizyologicznej wartości.

Przekład z niemieckiego na język polski
za zezwoleniem autora
Dra med. F. A. Schmidta.

(Ciąg dalszy).

Kształcenie koordynacyjnej (porządkującej) czynności rozpoczyna się z naszem istnieniem. Małe dziecię maca najpierw niepewnie dokoła, kiedy chce dostać rączką upatrzony przedmiot. Udaje się to dopiero po wielu próbach. Jednakże powoli ten często ćwiczony koordynacyjny ruch wykonuje się coraz bieglej i nakoniec staje się trwałą własnością: powoli wyuczyło się dziecię pochwycić, kiedy zechce, przedmiot dający się dosięgnąć, pewnie, na najkrótszej drodze, nie trwoniąc pracy na macaniu wokoło przedmiotu na prawo i lewo. W podobny sposób wśród mozolnych prób uczy się dziecię chodzić, biegać, skakać, pląsać i t. d. — krótko mówiąc, dziecko przynosi ze sobą do szkoły gotowy, znaczny zakres znanych postaci ruchowych, któremi już biegle włada koordynująca czynność woli. Na tej tedy podstawie buduje się dalej szkoła gimnastyczna.

Nasza więc niemiecka gimnastyka na przyrządach i nasze ćwiczenia wolne t. j. umiejscowione ćwiczenia siły i zręczności, są w rzeczy samej s z k o ł ą k o o r d y n a c y i, są w pierwszym rzędzie gimnastyką nerwów, w drugim dopiero mięśni. Niepodobna pomyśleć o bardziej wszechstronnem ćwiczeniu koordynacyi pod względem formy, jak to, co podaje system gimnastyczny Spiessa. W tym względzie jest on nieprześcigniony. Zawsze inne zadania koordynacyjne daje się uczniowi. Pod względem wychowawczym jest nieodzownem tak zestawiać zadania koordynacyjne, aby zawsze zadanie następne w rozmiarze koordynacyi i nakładzie siły było lekko stopniującą się odmianą zadania poprzedniego. Nie stawia się nagle woli przed kombinacyą skurczów mięśniowych, której ona dotychczas zupełnie nie zna. Owszem część — a mianowicie zasadnicza postać zadania ruchowego, które ma być wykonane, powinna być woli tak dokładnie znaną, ażeby dla koordynacyi pozostawały tylko odmiany i rozszerzenia. Formalna zatem szkoła ruchu nagromadza mnóstwo postaci ruchowych w naszym ośrodkowym układzie nerwowym pod postacią obrazów pamięciowych, umożliwiając w danym razie pewne i łatwe, niekiedy nawet mechaniczne odtwarzanie ich bez szczególnego nowego nakładu koordynującej czynności, dlatego właśnie, że są dobrze znane.

Tutaj atoli musimy zaraz zwrócić uwagę na ograniczenie, jakie sobie w rzeczywistości nakłada formalna szkoła ruchowa ze względu na koordynacyę ruchów. Mianowicie najdzdatniejszy do udoskonalenia rodzaj koordynacyi, to jest koordynacya czynności b l i s k o s i e b i e p o ł o ż o n y c h grup mięśniowych, w szkole gimnastycznej n i e jest ćwiczoną. Wspólną pracę mięśni ręki (wprawę, b i e g ł o ś ć r ę k i), krtani (kształcenie głosu), twarzy (mimikę) i t. d. kształci się poza szkołą gimnastyczną. Gimnastyka zajmuje się więcej koordynacyą ruchów w i ę k s z y c h, b a r d z i e j o d l e g ł y c h grup mięśniowych kośćca. S u b t e l n i e j s z e m o ż l i w e r u c h y ograniczonych części ciała, jakiemi są członki rąk, chrząstki i więzadła krtani i t. p., nie mają tu żadnego uwzględnienia. Szkoła gimnastyczna Spiessa nie jest zatem zbudowaną na sumie w s z y s t k i c h możliwych ruchów ciała, lecz tylko ruchów możliwych g r u b s z y c h.

To niechaj nie będzie zarzutem braku: gdyż owe szczególne rodzaje czynności mięśniowej nie należą do zakresu gimnastyki w powszechnem rozumieniu.

Widzieliśmy powyżej, że wkładanie się w koordynacyą przy ćwiczeniach zręczności i siły przedewszystkiem nic innego nie oznacza, jak próbowanie wszystkich możliwych — naturalnie z ograniczeniem właśnie uwzględnionem — kombinacyj mięśniowych i przechowanie ich poniekąd w ośrodkowym układzie

nerwowym w postaci obrazów pamięciowych. Wprawny posiada pewną ilość postaci ruchowych, z których może korzystać z łatwością w miarę potrzeby. Jednakowoż oderwane postacie ruchowe szczególnie na przyrządach, są tego rodzaju, że w życiu rzadko kiedy robi się z nich rzeczywisty użytek. Wyuczenie się ich byłoby bezpożytecznem, gdybyśmy nie mieli wyobrażenia, że wszechstronne czynne zatrudnianie woli — choćby w najbardziej od siebie oddalonych postaciach ruchowych — potęguje zdolność koordynacyjną w o g ó l e także dla ruchów nieznanych, to znaczy, że zdobyty zasób zręczności nie polega jedynie na przećwiczonym i w narządach ruchowych przechowanym materyale opanowanych postaci, lecz zarazem na wzmożonej zdolności naszego mózgu, szybkiego i pewnego wyszukiwania właściwych dróg do potrzebnych mięśni dla wszelakiej choćby zupełnie nowej postaci ruchowej — słowem, n a s t a n o w c z e m o p a n o w a n i u c i a ł a. Ile współdziałają w tym względzie nabyte lub też wrodzone zdolności, jak dalece przy skłonnościach nawet niepomyślnych, przy niezdarności i niezgrabności istoty, ćwiczenia zręcznościowe, systematycznie uprawiane taką istotę zmienić mogą i wzmódz zdolność opanowania ciała, jestto pytanie, na które niepodobna odpowiedzieć bez zastrzeżeń. O ile rzecz dotyczy grubszych ruchów, możnaby wprawdzie odpowiedzieć na nie twierdząco, ale trudno je stosować do szczególnych ruchów ograniczonych grup mięśniowych. Przynajmniej nie ma na to żadnego dowodu, że formalna gimnastyka członków grubszych przyczynia się także do łatwiejszej koordynacyi ruchów — subtelniejszych np. ręki. Nie możemy zatem wchodzić w to, czy prawidłowe kształcenie zręczności przez gimnastyczne ćwiczenia zręcznościowe wywiera także wpływ na łatwiejsze zdobycie takich szczególnych zgrabności, więc na zdobycie szczególnej a ważnej strony opanowania ciała przez ducha.

Ale nasze ćwiczenia zręczności i siły nie wyczerpują jeszcze w innym względzie wszystkich stron gimnastyki nerwów. Mianowicie stanowi to wielką różnicę dla koordynacyi ruchów, czy poprzedził ją pewien czas namysłu, czy ćwiczący może należycie ułożyć sobie w duchu ruch, który ma wykonać, lub też czy koordynacya musi się odbyć b a r d z o s z y b k o lub n a g l e. Ruch dobrze koordynowany wymaga tak samo czasu do namysłu, jak każdy akt myślenia. Tylko powolne ruchy mogą być koordynowane w czasie wykonania, szybkie ruchy muszą być koordynowane przedtem. A zdarzają się — i to wcale nie rzadko w życiu — także takie przypadki, gdzie należy uczynić zadość zupełnie nagle pojawiającym się wymogom ruchu. To udaje się tylko kosztem dokładności koordynacyjnej, t. j. takie nagłe ruchy wypadają zawsze nieporządnie. Przy ruchach tych n i e idzie o to czy p i ę k n i e s i ę u k ł a d a postać, którą one przedstawiać mają, lecz o to, czy ruchy te rzeczywiście osiągają c e l, jaki chcą. Przed przelatującym kamieniem uchylam się, nie troszcząc się wcale, czy czynię to w oznaczonej pięknej postaci ruchowej. Gracz stara się pochwycić piłkę w powietrzu jakimkolwiekbądź ruchem ramienia — byle ją tylko pochwycić! — a gdy mu się to nie udało, nie zwraca się wedle przepisu na lewej nodze, lecz stara się biedz za piłką jak najszybciej bez względu na to, j a k biegnie.

Takie ćwiczenie w nagłych, nader szybkich ruchach, ćwiczenie s z y b k o ś c i i n n e r w a c y i, jest istotnie uprawnioną a nawet ważną stroną gimnastyki nerwów. Przymiotami, do jakich kształcenie jej prowadzić ma, są: p r z y t o m n o ś ć u m y s ł u i r z u t k o ś ć.

W formalnej szkole ćwiczeń zręcznościowych i siłowych, które wykonywa się na rozkaz lub powtarza za przodownikiem, a które pozostawiają wszędzie dość czasu koordynującemu namysłowi, nie można kształcić tej strony ćwiczenia nerwów ruchowych. Tę lukę wypełnia się ć w i c z e n i a m i r z u t k o ś c i o w e m i, których ocenę później jeszcze podamy.

Jeżeli przypomniemy sobie teraz wynik tego dłuższego wywodu, to pokaże się, że ćwiczenia siłowe i zręcznościowe ze względu na układ nerwowy wymagają dwojakiego rodzaju czynności: 1. p o b u d z a j ą c e g o natężenia woli — które odnosi się główniej do ćwiczeń siłowych; 2. k o o r d y n u j ą c e j czynności woli, którą w pierwszym rzędzie gimnastyka niemiecka zapomocą ćwiczeń zręcznościowych uwzględnia i kształci.

Przychodzimy teraz do udziału czynności nerwowej w ć w i c z e n i a c h s z y b k o ś c i i w y t r z y m a ł o ś c i. Widzieliśmy, że tem, o co właściwie przy tych ćwiczeniach chodzi, jest nieskończony szereg rytmicznie powtarzających się jednakowych ruchów, które w swej postaci ograniczają się do niewielkiej liczby po największej części bardzo dobrze znanych rodzajów ruchu. Widzieliśmy dalej, że ćwiczenia szybkościowe nie wymagają krańcowych wysiłków pojedynczych mięśni. Przy nich zatem odpada w ogólności pobudzająca czynność woli, natężenie nerwowe; następnie nie wymagają one żadnej szczególnej czynności koordynacyjnej, albowiem rozchodzi się o ruchy dobrze znane; gdyby zaś szło o wyuczenie się jeszcze nieznanego nowego ruchu szybkościowego, toć koordynacyi ustawicznie powtarzającego się zasadniczego ruchu można się wyuczyć prędko, i ruch ten zaraz nawet mechanicznie powtarzać. Czynność nerwów czy woli staje się przy ćwiczeniach szybkościowych i ciągłych (szybkości i wytrzymałości) ostatecznie tak małą, ruchy te odbywają się tak mechanicznie same przez się za lada podniętą woli, że wszystkie te ruchy ochrzczono p ó ł a u t o m a t y c z n e m i.

W żyjącem ciele są — jak wiadomo — ruchy mięśniowe, które odbywają się a u t o m a t y c z n i e bez współudziału woli: są to czynności mięśnia sercowego i mięśni oddechowych. Tylko czynność mięśni oddechowych jest chwilami i do pewnego stopnia dla wpływu woli przystępną. Obie czynności cechuje raz rytmiczne ich następstwo po sobie, a powtóre tak dalece umiarkowany zakres siły, że ubezwładniające (porażające) znużenie jest wykluczone. Przytem jednakże należy zauważyć, że zdolność robocza mięśnia sercowego i mięśni oddechowych o wiele przewyższa zdolność roboczą dowolnie poruszanych mięśni kośćca. Mięśnie oddechowe i mięsień sercowy o wiele mniej ulegają prawom znużenia; a przyczyny tego trzeba szukać po części w tem, że ich ruch odbywa się b e z u d z i a ł u n a r z ą d ó w w o l i n u ż ą c y c h s i ę z ł a t w o ś c i ą. Znaczną część tych własności można odnieść do takich rodzajów ruchu, które po sobie w rytmicznej jednostajnej następują kolei i nie wymagają żadnych wysiłków mięśni biorących udział w pracy. Ruchy te sposobem odbywania i własnościami zbliżają się do owych ruchów automatycznych i dlatego właśnie są półautomatycznymi. Lekki hamulec woli wstrzymuje ruch. Jednakże ruch właściwy nie potrzebuje każdorazowo podniety woli z mózgu, podtrzymują go bowiem ośrodki nerwowe w rdzeniu pacierzowym, które pracują bez wpływu woli. I to też tłómaczy po części tę okoliczność, że suma mechanicznej pracy przy ruchu szybkościowym lub ciągłym może być o wiele wyższą, aniżeli rzecz się ma przy czysto dowolnych ruchach siłowych

i zręcznościowych. Istotną zatem własnością ruchów przy ćwiczeniach szybkości i wytrwałości jest to, że one w stosunku do swej mechanicznej pracy wymagają przypuszczalnie najmniejszego nakładu siły woli i nerwów. One działają na układ nerwowy pokrzepiająco, co jest szczególnie ważnem dla tych, którzy chcą odbywać ćwiczenia ciała po natężającej duchowej pracy mózgu. Uczony instynktownie szuka wytchnienia na przechadzce, młodzież po godzinach szkolnych w żywej swawoli.

Zapewne, że wśród pewnych okoliczności mogą także ruchy szybkościowe i ciągłe wymagać szczególnej czynności woli.

Najpierw pobudzającej czynności woli a mianowicie wtedy, gdy tak ćwiczenia szybkościowe jak ciągłe doprowadza się aż do wysiłku krańcowego.

Jeżeli chodzi o to, aby oznaczoną drogę przebyć w możliwie najkrótszym czasie, albo przeciwnie w oznaczonym czasie możliwie największą drogę (ćwiczenie szybkości) np. w biegu o zakład, wiosłowaniu o zakład, wyścigach na kole i t. p., to do tego potrzeba podobnej energii woli jak przy wysiłkach podczas ćwiczeń siłowych.

Dalej przy ćwiczeniach wytrwałości — ciągłym biegu, ciągłym pochodzie, ciągłem wiosłowaniu i t. p. — chociażby one odbywały się w czasie umiarkowanym — ulega ostatecznie muskulatura znużeniu, gdy zbyt długo trwają. Muskulatura staje się wówczas trudniej pobudliwą i potrzeba silniejszej, ba nawet natężającej czynności woli, aby opanować ogólne znużenie i ruch dalej jeszcze wykonywać.

Ale i koordynująca czynność woli bywa potrzebną. Najpierw gdy chodzi o wyuczenie się nieznanych dotąd ćwiczeń szybkościowych. Ktoś np. chce nauczyć się wiosłowania lub jazdy na kole i w tym celu ćwiczyć się tak długo, póki ćwiczenia te nie udadzą mu się półautomatycznie, jak chód lub bieganie. W takim razie musi on przyswoić sobie szczególnie koordynacyą utrzymania równowagi a więc koordynacyą mięśni trzymających i starać się doprowadzić w tem do biegłości.

Powtóre może się rozchodzić o udoskonalenie ruchu szybkościowego, który wykonujemy wprawdzie mechanicznie i półautomatycznie ale w postaci niedokładnej. Ćwiczenia marszu i chodu są czemś innem jak zwykłe chodzenie; przez częste ćwiczenie chodu, gdy się przytem uwzględnia piękną postawę, miarowe, zgrabne i lekkie ruchy, stają się takie poprawki chodu zwykłego półautomatycznem przyzwyczajeniem, i tym sposobem gimnastyczne zalety przenoszą się trwale na chód codzienny.

Szczególny rodzaj czynności mózgowej, który może łączyć się z ruchem szybkościowym przy ćwiczeniach porządkowych (rzędowych), będzie poniżej osobno omówiony.

Tym sposobem zdołaliśmy wykazać dla ćwiczeń siłowych i zręcznościowych z jednej strony, a szybkościowych i ciągłych (wytrzymałości) z drugiej strony zasadnicze różnice ze względu na udział układu nerwowego. Krótko powiedziawszy przy ostatnich układ nerwowy wypoczywa (pokrzepia się), gdy pierwsze go obciążają, ale też szczególnie ćwiczą. (C. d. n.).

III. Zlot.

(Dokończenie).

Piękna ranna pogoda, wśród której odbył się pochód uroczysty, nie dotrwała do końca drugiego dnia zlotowego i już wkrótce po „poranku" spostrzegliśmy nie bez smutku, że czeka nas kąpiel przymusowa z tych ołowianych chmur, któremi niebo się zasnuło.

Mimo to, pieszo i pojazdami dążyły tłumy widzów na boisko, owszem zdawało mi się nawet, że trybuny były liczniej obsadzone, jak dnia pierwszego.

O godzinie 5. po południu rozpoczęły się ćwiczenia, których program obejmował: *a)* rej kolarzy, *b)* zawody (pentatlon), *c)* ćwiczenia oddziału konnego.

Tu zaraz z góry muszę zaznaczyć, że opis ćwiczeń powyższych nie będzie sprawozdaniem osnutem na podstawie osobistych moich spostrzeżeń, gdyż wówczas właśnie, kiedy te ćwiczenia odbywały się, brałem udział w obradach Zjazdu i wybranego na nim Wydziału związkowego i dopiero przy samym końcu przyszedłem uczestniczyć w ogólnej — kąpieli; nie będzie on także powtórzeniem fachowej opowieści którego z druhów, widzów, czy uczestników, bo, jak wiadomo, nie było wyznaczonego sprawozdawcy, a na ochotnika nikt u nas nie kwapi się z ułatwieniem pracy niżej podpisanemu, który wziął w przymusowy monopol wszelkie sprawozdania zlotowe i upadając pod nawałem niewdzięcznej pracy, nie bez zazdrości czyta w piśmie naszych pobratymców, jak zawsze kto inny występuje w roli sprawozdawcy zlotowego, a niezależnie od jego opowieści jeden, drugi i dziesiąty druh omawia szczegółowe momenta zlotu wywołując wymianę zdań, tak bardzo potrzebną we wszystkiem, gdzie pragniemy widzieć życie, ruch, postęp!

Może niedaleki już, jak przypuszczam, następca niżej podpisanego będzie szczęśliwszy pod tym względem i nie będzie musiał robić kompilacyi z kronikarskich, bardzo niedokładnych i bardzo niefachowych sprawozdań dzienników, a w dodatku spotykać się jeszcze ze wzruszaniem ramion, które były za leniwe do innej, właściwszej dla nich czynności....

Do reju kolarzy stanęło 57 druhów przyodzianych w strój ćwiczebny. Uczestnicy reju rozdzieleni we dwa szeregi zostające pod komendą d. Mańkowskiego i czterech wytrawnych przodowników wjechali z dwóch przeciwległych bram na boisko, gdzie wykonali kilka wcale udatnych obrazów prostolinijnych i obwodowych. Całość ćwiczeń wywarła bardzo dobre wrażenie i podobała się powszechnie. Szczegóły, rozdzielone na 12 obrazów, znajdą czytelnicy, a między nimi najbardziej interesowani kolarze, w „rozkazach i wskazówkach na trzeci zlot" (str. 47). Rej trwał 16 minut.

Po tym popisie począł padać najprzód drobny, a w krótkim czasie rzęsisty deszcz, jednakże publiczność nie zrażając się pozostała na miejscach, a wielki płaszcz utworzony z deszczochronów nadał trybunom bardzo oryginalny widok.

O godzinie 5. minut 27 przystąpiono do wykonania pięcioboju (pentatlonu). Obowiązki sędziów pełnili członkowie związkowego grona nauczycielskiego; prowadził zawody d. Ruciński. Z zapisanych pierwotnie 15 druhów stanęło 10, rozdzielonych na dwie piątki. Pierwszem ćwiczeniem był bieg na odległość 100 metrów. W pierwszej piątce przebiegł tę odległość w 12 sekundach d. Michał Kirkor z Krakowa; w drugiej w 15 sekundach d. Tadeusz Siemetkowski ze Lwowa; wyścig obydwu zwycięzców wypadł na korzyść d. Kirkora, który na kilka metrów oddalenia pozostawił za sobą przeciwnika. Wielkiem utrudnieniem dla biegających był wilgotny od deszczu trawnik, na którym nogi ślizgały się z siłą wzrastającą z szybkością biegu.

Co właściwie nastąpiło po biegu, nie można opowiedzieć z taką dokładnością, jak wiadomość o

rozpoczynającej się właśnie podówczas — ulewie. Jedni (Nowa Reforma) zapisują w szeregu chronologicznym: rzucanie dyskiem i oszczepem, skoki „konkurencyjne“, zapasy; inni (Sokol): skok w dal, rzucanie oszczepem i dyskiem, zapasy; inni wreszcie (Czas) zgodnie z programem w „rozkazach i wskazówkach“: rzucanie dyskiem, skok w dal, rzucanie oszczepem, zapasy. Najlepszy to dowód, jak dokładnymi bywają wszelkie opisy i jak ostrożnie trzeba przyjmować relacye nawet fachowe w rzeczach ściśle technicznych, nie dających się wykonać dowolnie.

Trzymam się porządku wskazanego w „rozkazach i wskazówkach“ (str. 48 i d.).

W rzucaniu dyskiem osiągnął największą odległość d. Głogowski z Krakowa, albowiem rzucił go w dal na 24·1 metrów. Nie zbyt miłym przyczynkiem w pracy współzawodników było obcieranie zmoczonego dysku po każdym rzucie; inaczej bowiem nie możnaby go było w ręce utrzymać. Oczywiście opóźniało to ćwiczenia w sposób bardzo przykry dla widzów, a jeszcze przykrzejszy dla ćwiczeńców, którzy w lekkich strojach ćwiczebnych użyli „do ostatniej nitki“ bardzo zimnej kąpieli. Przynajmniej mieli tę jedną dogodność, że rzucanie dyskiem, a następnie także i oszczepem odbywało się z miejsca twardego — z mostku.

Mniej wygodną arenę zawodów miał skok w dal. Wskutek oślizgnięcia boiska i zmoknięcia materaców kokosowych, zadanie zawodników było ogromnie utrudnione; jednakże mimo niepewnego rozbiegu i doskoku, tudzież częstych upadków na ślizkim trawniku, udało się wykonać d. Drozdowskiemu skok na 4·25 m., d. Olszewskiemu na 4·50 m., a d. Kirkorowi — zwycięzcy — na 4·70 m.

W rzucaniu oszczepem osiągnął d. Kirkor odległość 24·50 m., ale zwyciężył go d. Bielawski, którego oszczep padł na odległość 24·90 m.

Nareszcie przystąpiono do zapasów, między zwycięzcami w czterech poprzednich zawodach. Trudnem było zadanie zapaśników, którzy złożywszy tyle dowodów zdumiewającej wytrwałości i odwagi, musieli poprzestać na bardzo ograniczonym i niezbyt dogodnym terenie walki rozstrzygającej. Gdy mianowicie na trawniku już nawet zwykłe chodzenie okazało się niemożliwem, nie pozostało nic innego, jak zapasy odbyć na mokrych materacach kokosowych, na których było i ślizko i za ciasno, skutkiem czego najbardziej zajmująca część pięcioboju nie mogła się przedstawić wytrwałym widzom w postaci właściwej.

Przedewszystkiem rozegrał się zapas między d. Głogowskim, zwycięzcą w rzucaniu dyskiem, a d. Bielawskim, zwycięzcą w rzucaniu oszczepem. Walka trwała bardzo krótko i bardzo łatwe zwycięstwo odniósł d. Bielawski. Trudniejszą sprawę miał on z d. Kirkowem, zwycięzcą w biegu i w skoku. Walka była zażarta i trwała czas dłuższy. Podzieliły się zdania, kto zwyciężył: Kirkor, czy Bielawski. Kazano im ponowić walkę. Nie podjął jej d. Kirkor, czując się wyczerpanym nie tyle zapasami, jak chłodem i przymusową kąpielą. Zwyciężył tedy d. Bielawski i jemu też należy się dyplom honorowy w myśl uchwały Wydziału Związku z 31. maja 1896.

Ostatnim punktem programu były ćwiczenia oddziału konnego Sokoła krakowskiego. Nikt ze Sokołów nie dziwił się temu, że druhowie krakowscy pielęgnując swój oddział konny z wielkim nakładem pracy i pieniędzy nie chcieli zrzec się wyczerpania całego programu ćwiczeń, choć wobec strasznej ulewy doradzano im tego ze stron wielu, atoli dziwiliśmy się wytrwałości widzów, którzy przemoknięci do nitki pomimo deszczochronów, pozostali do końca. Najlepszem to świadectwem, jak głęboko wkorzeniło się u nas zamiłowanie do jazdy konnej, mające za sobą tyluwiekowe wspomnienia pełne rycerskiej chwały przodków naszych.

I nikt nie pożałował swej wytrwałości, ani widzowie, przed których wzrokiem odżyły obrazy dawnych zabaw rycerskich, ani też druhowie krakowscy, którym przypatrywałem się jako znawca — i dlatego właśnie przypłynąłem na boisko — z uczuciem prawdziwej radości i dumy, że mimo wszystkiego, cośmy przeszli i mimo warunków, w jakich życie spędzać musimy, nie zamarł w nas jeszcze animusz ojców rycerski. Gdybyż tak jeszcze odżyły ich cnoty, a szczezły wady, które wszczepiła przedrozbiorowa swawola!

Pod kierownictwem d. Walca przerobiono szkołę jazdy konnej, musztrę plutonu, rej, ćwiczenia lancą, gonitwę do pierścienia, zrzucanie głów lancą i szablą, a wszystko dziarsko, z brawurą i z wprawą świadczącą o wytrwałych i dokładnych ćwiczeniach. Wykonaniu skoków przez przeszkodę, ćwiczeniu na rozmokłym gruncie wielce niebezpiecznemu, zapobiegła trąbka naczelnika nakazująca zaprzestanie dalszych popisów.

Powrót do miasta Błoniami zamienionemi w wielkie jezioro błotniste był najmniej przyjemnem urozmaiceniem zlotu, a mimo wytrwałych dopytywań i badań nie zdołałem dowiedzieć się, dlaczego w takich warunkach bardzo przykrych dla tysięcy widzów, a dogodnych dla dorożkarzy nie było przed boiskiem ani jednego powozu. Powiadano, że podjazd przed boisko był wzbroniony; ależ w takim razie dlaczego ja sam i wielu innych druhów i gości w pierwszym dniu pogodnym mogliśmy dotrzeć dorożkami do samego wejścia na boisko tam i z powrotem? Czyżby dorożkarze krakowscy umykali zawsze pod dach przed każdą nawałnicą?

Na zakończenie zlotu miało odbyć się zebranie towarzyskie w ogrodzie strzeleckim, co jako dawno postanowione umieszczono w programie zlotu. Dziwnem zrządzeniem Opatrzności wybrać sobie miały kapele wojskowe ten sam czas i ogród do urządzenia koncertu na swoje cele i dlatego w poniedziałek rano musiano ogłosić publicznie, że zebranie pożegnalne odbędzie się w Parku krakowskim. Wiara sokola spragniona gromadnego zejścia się i wymiany myśli, pociągnęła tłumnie pomimo deszczu do Parku, przypuszczając słusznie, że znajdzie tam odpowiedne ku temu lokalności albo przynajmniej dalsze wskazówki, których w nawale wrażeń całodziennych udzielić im nie zdołano. Park szczelnie zamknięty, ciemność i milczenie były słusznem skarceniem niedomyślności biedaków, którzy już przecie dwa całe dni byli w Krakowie, że w takich razach idzie się do — Miki. Wielu też trafiło tam na domysł, ale bardzo wielu, a między nimi i podpisany kronikarz, pragnąc uniknąć dalszych wrażeń pozaprogramowych, powróciło do swoich siedzib.

Dość znaczna liczba druhów pozostała w Krakowie, gdzie we wtorek, 30. czerwca, czekała ich jeszcze wycieczka do Wieliczki, wycieczka na kopiec Kościuszki, wyścigi na Wiśle wioślarskiego oddziału Sokoła krakowskiego i inne przyjemności.... O tem wszystkiem, jako niewchodzącem w program zlotu, wspominam tylko dla kompletu.

Na tem kończę swe opowiadanie. Może było tu i ówdzie niedokładne lub pobieżne, może nie podobało się niejednemu z tych lub owych powodów; nie przeczę. Ale że starało się być wiernem odbiciem spostrzeżeń i wrażeń nietylko opowiadacza lecz i uczestników zlotu, lub też reprodukcyą poważnych

informacyi przyjmywanych w dobrej wierze, zrozumie i przyzna każdy — nieuprzedzony.

Zacząwszy opowiadanie cytatem z dziennika politycznego, zakończę je, sądzę, najlepiej — przytoczeniem bardzo sympatycznego dla nas ustępu z nr. 27. „Przeglądu lekarskiego“ wydanego w dniu 4. lipca 1896 r.

„Błonia krakowskie — pisze „Przegląd“ — stały się widownią i areną igrzysk. W ciągu miesiąca czerwca odbyły się na nich wyścigi konne i ćwiczenia gimnastyczne Sokołów polskich, a to, tak co do czasu bliskie siebie zestawienie wytresowania nóg końskich i wyćwiczenia siły ludzkiej uzmysławia poniekąd różnicę moralną i społeczną zapasów tego rodzaju.

Ze stanowiska lekarskiego z radością zapisujemy olbrzymi postęp gimnastyki w naszem społeczeństwie. Już nie jednostki i dziesiątki odznaczały się na boisku krakowskiem, lecz bez przesady twierdzić można, że dziś tysiące uderzały doskonałem wyrobieniem siły i zręczności.

Z radością witamy ten objaw wcielenia w życie jednej z najważniejszych gałęzi hygieny, a tem samem postawienie potężnej baryery postępującemu zwyrodnieniu naszego społeczeństwa“.

Tyle „Przegląd“: *non multa sed multum!* ale tem dla nas to cenniejsze, że tygodnik to bardzo poważny i reprezentujący opinię ogółu lekarzy.

Czołem!

Dr. X. F.

O wrzekomej szkodliwości gimnastyki dla młodzieży.

Przed niedawnym czasem pomieściło wiele naszych dzienników w dziale kroniki (u nas zazwyczaj z całego numeru najdokładniej czytywanym), notatkę tej treści, jakoby w Towarzystwie lekarzy wiedeńskich miał Dr. Bum odczyt, że gimnastyka dla młodzieży jest szkodliwą — i zakończyło ją charakterystycznem zapytaniem: cóż na to nasi hygieniści i pedagodzy?

W odpowiedzi na zadane pytanie, a zarazem na dowód, jak bezkrytycznie co najmniej umieszczają dzienniki nieraz wiadomości, — Bóg wie skąd czerpane — często bez dalszej doniosłości, nierzadko przecie ze szkodą dla niejednej sprawy dobrej, jak w tym wypadku dla sprawy gimnastyki, która u nas zaledwie grunt zyskuje — wystarczy podać sprawozdanie z owego posiedzenia.

Otóż istotnie na posiedzeniu Towarzystwa lekarzy wiedeńskich odbytem w dniu 20. listopada b. r. miał Dr. Bum odczyt na temat: „O znużeniu obwodowem i ośrodkowem“ (Über periphere und centrale Ermüdung), w którem na podstawie szeregu odpowiednio przeprowadzonych doświadczeń na 9 osobach w wieku od 12 do 23 lat, wyraził zdanie, że ćwiczenia gimnastyczne na przyrządach czyli t. z. gimnastyka niemiecka nie jest dobrym środkiem na przetężenie umysłowe młodzieży szkolnej, przeciw któremu obecnie bywa polecaną i stosowaną, ponieważ sama wymagając zazwyczaj nie tyle siły mięśniowej ile napięcia umysłu i woli, sprawia znużenie ośrodków nerwowych, podobnie jak praca umysłowa. Stąd wyprowadził on wniosek, że szablonowe stosowanie tego rodzaju ćwiczeń u młodzieży szkolnej nie jest polecenia godne wogóle, tem mniej bezpośrednio po nauce szkolnej i że prawdziwe orzeźwienie obu znużonych centrów nerwowych (mózgu) przynosi zupełny wypoczynek fizyczny i umysłowy t. j. sen, a jak długo przeciążenie duchowe młodzieży szkolnej stanowić będzie punkt ambicyi naszych szkół, nie można mówić o pożytecznem użyciu gimnastyki niemieckiej, natomiast polecenia godne są gry i zabawy gimnastyczne na wolnem powietrzu i różne rodzaje sportów: jak chodzenie po górach, pływanie, wiosłowanie, łyżwowanie a dla rozwiniętych organizmów kołowcowanie.

Rozmyślnie końcowe wnioski prelegenta podaliśmy w obszerniejszem streszczeniu, aby czytający sam mógł się przekonać, że Dr. Bum miał zupełnie co innego na myśli, jak potępienie w czambuł gimnastyki u młodzieży wogóle. Zwrócił on uwagę i wykazał eksperymentalnie (zresztą nie pierwszy) to, co i dotąd nie było obcem hygienistom i pedagogom, mianowicie, że ćwiczenia fizyczne a w szczególności przyrządowe, wymagają napięcia umysłu i woli, dla wyrobienia których są jednym z najlepszych środków, i że nie dostosowane do zdatności fizycznej i umysłowej młodzieży mogą być bez korzyści, a nawet ze szkodą. Wiemy o tem wszyscy, że tak samo, jak we wszystkich innych dziedzinach, najlepsza rzecz źle użyta może szkodę przynieść. Chleb bez wątpienia dobrą i potrzebną jest pożywką, a przecież można nim sobie chorobę sprowadzić (użyciem nieodpowiedniej jakości lub ilości), i nikt przecie nie uznałby za dobry wniosek tego rodzaju, że ponieważ po spożyciu chleba trafiają się choroby, należy go wyrzucić z pośród środków spożywczych....

Ale zamiast własnych argumentów przytoczymy treść rozprawy, jaka się po odczycie rozwinęła.

Dr. H. Teleky uważa wnioski prelegenta wysnute z jego doświadczeń, absolutnie za śmiałe. Jeżeli nawet fizyologicznie nie byłyby wskazane ćwiczenia fizyczne bezpośrednio po nauce szkolnej, co niektórzy utrzymują, to nie wynika jeszcze z tego, aby należało zupełnie je wyrzucić; co najwyżej można żądać, aby ćwiczenia gimnastyczne następowały dopiero w pewnym czasie po godzinach nauki szkolnej. Ćwiczenia gimnastyczne nie dadzą się zastąpić ani grami i zabawami na wolnem powietrzu, ani leczniczą gimnastyką szwedzką, ani t. zw. sportami, bo i te wymagają przecie także napięcie umysłu i woli, a niektóre z nich w nierównie nawet wyższym stopniu niż ćwiczenia gimnastyczne; dość wymienić łyżwowanie się, kołowcowanie. Wogóle w odczycie prelegenta nie znachodzi się żadnych argumentów przeciw nauce gimnastyki w szkołach.

Dr. S. Eisenschütz, jako lekarz dzieci, miał sposobność zauważyć, że niektóre dzieci wracają z lekcyi gimnastyki i fizycznie znużone i niechętne, większość natomiast wzmocniona, rzeźka, ochocza do dalszej pracy. Pierwsze bywały zwykle dzieci wątłe o słabych mięśniach. Ale te same dzieci w mniejszem gronie poza szkołą wykonywały ćwiczenia z pożytkiem i nabierały sił. Szkodliwość gimnastyki szkolnej w niektórych wypadkach leżałaby w tem, że stosuje się tam jedną miarę do wszystkich, której słabsze dzieci nie mogą odpowiedzieć, przez co mogą się fizycznie przetężać i moralnie przygnębiać. Takie dzieci należy od wspólnych ćwiczeń szkolnych usuwać. (W naszych towarzystwach sokolich kładzie się na ten moment — trzeba powiedzieć z uznaniem — wielką wagę i baczność — dziatwę tej samej klasy nawet dzieli się na mniejsze oddziały stosownie do rozwoju fizycznego i zdatności. *Przypisek sprawozdawcy*).

Radca dworu prof. Dr. Fuchs, znakomity wiedeński okulista, przyznaje naukową wartość doświadczeniom Buma, ale przestrzega przed przedwczesnem wyprowadzaniem z nich za daleko idących wniosków praktycznych. On sam jest zamiłowanym gimnastykiem, lubo bardzo miernym i z szeregami kolegów z fakultetu stwierdza zbawienne skutki gimnastyki. Po całodziennej pracy przychodzą na salę gimnastyczną znużeni, wychodzą na duchu odświeżeni, rzeźcy. To działanie tłumaczy sobie po prostu tak, że przekrwienie mózgu, wywołane pracą umysłową, ustępuje przez odpływ krwi do pracujących

mięśni i transpirującej skóry. Nie może tego pojąć, dlaczego i jak mógłby umiarkowany wysiłek fizyczny wzmagać znużenie duchowe? Oczywiście i ćwiczenia fizyczne nie powinny być zbyt wysilające. W tym kierunku nauczyciel musi uwzględniać indywidualność ćwiczących. Nie ma zresztą obawy, aby przy znacznej liczbie uczniów uczęszczających na lekcye gimnastyki szkolnej, mógł który uczeń być przetężonym. Gry na wolnem powietrzu i sporty nie dadzą się w każdej porze zastosować i użyć i nie są dla wszystkich uczniów dostępne. Kończy słowami, które podajemy dosłownie: „Obawiam się, aby teoretycznie zajmujące doświadczenia Dra Buma podane do wiadomości ogółu, nie dały — licznym jeszcze niestety nieprzyjaciołom gimnastyki broni do rąk przeciw gimnastyce wogóle i dlatego zabrałem głos, aby wedle sił stanąć w obronie gimnastyki niemieckiej".

Obowiązkiem dzienników, które zamieściły ową notatkę, byłoby podać obecne wyjaśnienie, jako żądaną przez nie odpowiedź, lubo dłuższą niż zadane pytanie, ale wina tego, leży już w pytaniu. *Dr. Galant.*

Korowody.*)

Pochód, bieg lub pląs, wykonany w rozlicznych kierunkach, które w zestawieniu swojem tworzą symetryczne lub proporcyonalne figury — zowiemy korowodem.

Istota korowodu nie polega w rodzaju ruchu ćwiczącego się — lecz w rysunku kierunków ruchu (pochodu, biegu, pląsu).

Korowód porównać zatem można śmiało z ornamentem w przemyśle — jest on ozdobą, która użyta należycie bawi oko i podnosi wartość przedmiotu, użyta źle, niedołężnie — przedmiot szpeci i wartość jego obniża.

W ścisłem więc rozumieniu rzeczy cel korowodu byłby tylko jeden t. j. kształcenie uczucia piękna; gdy atoli sposób przeprowadzenia korowodu może być rozmaity, a elementa, składające się na korowód, same przez się wpływają etycznie i fizycznie, nie możemy zatem ograniczać znaczenia korowodów li tylko do momentów estetycznych, ale przyznać im musimy znaczenie szersze. Wprawdzie korowody, wykonywane wyłącznie pochodem, mając charakter zwykłych przechadzek, nie mogą mieć wielkiego znaczenia fizycznego — to jednak zyskują wielce na wartości, skoro pochód przeplatać będziemy biegiem i pląsem.

Rodzaje korowodów.

Stosownie do: sposobu poruszania się ćwiczących; sposobu przeprowadzania korowodu; założonego celu w korowodzie i liczby zastępów, w pochodzie udział biorących — rozróżniamy:

a) Korowody pochodowe, bieżne, pląsowe i mięszane; jeżeli cały korowód wykonano, pochodem, biegiem, pląsem lub pochodem i biegiem; pochodem i pląsem; pochodem, biegiem i pląsem;

b) Korowody na rozkaz i korowody bez rozkazu; jeżeli każdą czynność zapowiadamy krótko przed jej wykonaniem lub pozostawiamy to pamięci ćwiczących się;

c) Korowody kierunkowe i korowody formacyjne; jeżeli cały tok korowodu przedstawia przemijające obrazy lub zapomocą korowodu utworzyć chcemy jakieś uszykowanie, formacyą stałą do ćwiczeń wolnych, z przyborami, piramid i t. p. np. kolumnę o rozstępie wolnym, gwiazdy, krzyże, koła i t. d.;

d) Korowody jedno i więcej zastępowe; jeżeli jeden lub więcej zastępów korowód rozpoczyna i kończy.

Elementa korowodu.

Każdy korowód jest kombinacyą większej lub mniejszej liczby elementów, które ująć się dadzą w następujące grupy:

I. grupę stanowią kierunki postępywania;
II. „ „ przeciwpochody (biegi—pląsy);
III. grupę stanowią wymijania;
IV. „ „ przestępywania i węzły;
V. grupę stanowią zmiany uszykowań.

I. Kierunki.

Podstawą korowodu są kierunki postępywania.

Rozróżniamy kierunki proste i krzywe; pierwsze dzielimy na: proste i skośne; drugie na: koła (także łuki) i ślimaki.

Wszystkie kierunki, zawarte w granice prostokąta lub kwadratu, dają nam siatkę korowodową, którą z uwagi na lepszy przegląd i łatwiejsze zapamiętanie w pięciu prostszych podajemy formach, a mianowicie: jako 1. siatkę kier. prostych Fig. 1.; 2. siatkę kier. skośnych Fig. 2.; 3. siatkę ośmiogranną Fig. 3.; 4. siatkę pięciogranną Fig. 4.; 5. siatkę kół Fig. 5.

(C. d. n.). *E. Cenar.*

*) Ćwiczenia te znane są w gimnastyce pod nazwą: „pochodów ozdobnych". Gdy atoli w ćwiczeniach tych nie tylko pochód, ale zarówno bieg i pląs mają szerokie zastosowanie, gdy istotą korowodu jest rysunek, na tle boiska powstający, a nie rodzaj ruchu, przeto uważaliśmy za stosowne dotychczasową nazwę (pochód ozdobny) zastąpić nazwą ogólną, określającą charakter tych ćwiczeń lepiej i dającą się zastosować do tych samych ćwiczeń, wykonywanych na łyżwach, kole i koniu.

Rozmyślania noworoczne.

(Wyrzeczenie się d. Fiszera i spraw jego. — Bliższe wiadomości o sobie. — Artykuł gwiazdkowy „Przewodnika". — O naszych postępach. — „Przegląd" ale gimnastyczny).

Świadczę się druhem redaktorem, że nie jestem (broń mię Bóg!) druhem Fiszerem. Uważam za potrzebne z góry zrobić to oświadczenie z dwóch przyczyn: 1-mo, aby na niniejsze pisanie nie ściągnąć w nagłówku ugruntowanego podejrzenia, jakoby pochodziło z pod pióra d. Fiszera, oraz idącego za niem w ślad uprzedzenia i niechęci, któremi się cieszą u niektórych jego „kazania"; 2-do aby przeciwnie z drugiej strony nie ściągnąć na głowę tegoż — już dotąd trzykrotnie wymienionego — d. Fiszera ponownego odium za niepopełnione przezeń wcale „kazanie". Powiem na swe określenie więcej. Nie tylko nie jestem druhem Fiszerem, ale nie mam nic wspólnego z nim i z jego sprawami, nie pozostaję wogóle z najwyższemi naszemi sferami sokolemi w żadnej styczności, nie ulegam przeto żadnym wpływom stamtąd, żadnej suggestyi; co gorzej — a może lepiej — nie jestem ani z dwóch równorzędnych stolic naszego kraju, ba — ani nawet z którego 2—3 lub choćby 4-rzędnego miasta, lecz z miejscowości tak daleko od początku będącej, że już chyba do żadnego rzędu policzyć jej nie można. Stąd wśród współdruhów nie masz ani jednego męża głośnego i znacznego, by przy jego światłości i swój umysł rozświetlić i rozszerzyć można; sama tu brać od dłuta, młota, hebla, która nie kładzie nic na piękne słowa, ale żyjąc z siły swych ramion — wyrabianie i utrzymanie tej siły za pierwsze uważa swe zadanie sokole; — nie syci mego wzroku widok wspaniałego gmachu, gdyż mamy tylko pałac Chrystusowy — szopę; piękne malowidła, wzniosłe napisy niepomogą mi przypominać sobie naszych haseł, lecz trzeba je mieć zapisane we własnem umyśle i sercu. Wszystko to w tym celu o sobie podaję, abyście wiedzieli, z jakim zaściankowym pisarzem macie do czynienia, nie dziwili się i w danym razie wybaczyli,

eżeli znajdziecie pospolity sposób pisania lub ciasny sposób myślenia — przypuściwszy, że druh redaktor zechce dać ten produkt prowincyonalnego druha pod prasę.

Skąd mi zaś wpadło do głowy pozazdrościć sławy druhowi F. i zabrać się do pisania rozmyślań noworocznych, gdy rok nowy już sporo w wieku postąpił, opowiem zaraz.

Oto przywykłem spotykać we wszystkich niemal pismach z końcem starego, a początkiem nowego roku obrachunki za rok ubiegły — a programy na rok przyszły. Spodziewałem się tego i w naszym „Przewodniku", jako w organie instytucyi rozrosłej i poważnej, z istoty swej niejako zobowiązanej do samo-obrachunku bez względu na to jakby on miał wypaść, tem bardziej, że zdawało mi się, jakoby rok ubiegły dość nastręczał materyału do takich sumarycznych uwag wstecznych i wytycznych na przyszłość. Z ciekawością przeto brałem numer noworoczny do rąk — i zdziwiłem się, nie znalazłszy nic podobnego na naczelnem miejscu. Myślę — jest pewnie głębiej — szukam — nie ma. I to mnie nie zraża, wiem, że czasami takie rzeczy nie koniecznie umieszczane bywają na froncie, ale i z tyłu, z boków, ba między wierszami. Stąd nietylko najdokładniej oglądam numer, ze wszech stron, ale i czytam — nawet „ćwiczenia wolne" . Janikowskiego. „Szukajcie a znajdziecie!" Eureka! W tem miejscu proszę tych nielicznych z pewnością druhów, którzy wymienionego numeru jeszcze nie przeglądali — przerwać czytanie, wziąć go do rąk i szukać tego noworocznego artykułu; ciekaw jestem, czy go znajdziecie i czy tam gdzie i ja? Ja go znalazłem — wiecie gdzie? — pod tytułem „o wkładkach" — jużcić niczyjego autorstwa tylko d. Fiszera. Artykuł ten w numerze noworocznym (gwiazdkowym) zrobił na mnie po prostu wrażenie przygnębiające, jako stwierdzenie smutnego faktu, że w podstawie samej naszego — jak sami go zowiemy — sokolego zakonu, t. j. w spełnianiu ściśle przyjętych na się w jakiejkolwiek dziedzinie obowiązków — jesteśmy jeszcze bardzo słabi.

To mi dało wątek do dalszych pytań i rozmyślań, których biegu nie będę podawał — za długoby to trwało — ale tylko ich rezultat. Rzecz mi się przedstawia tak: w nieżywotnej części naszej egzystencyi idziemy naprzód; budujemy domy nawet może za okazałe, sprawiamy piękne sztandary, coraz więcej mamy strojów sokolich. W części żywotnej naszego bytowania a więc najprzód co do przyrostu, mówiąc po prostu, ludzi w naszych szeregach — postęp mały, który jeszcze mniejszym się okaże, jeżeli liczyć będziemy nie ogół zapisanych — ale czynnych, ćwiczących członków naszych towarzystw. Zobaczemy zresztą ze sprawozdania rocznego Wydziału Związkowego, o ile — powiedzmy od zlotu wystawowego — przybyło ćwiczących, nawet w tych gniazdach — które rozporządzają wybornemi salami — ile zwłaszcza wciągnęło się w nasze szeregi młodzi, tej nadziei naszej? — Może za to pogłębiło się zrozumienie i spełnianie zadań sokolich w tej stałej ilości kadrów sokolich? Może! Ale pytam, czy znać oddziaływanie nas Sokołów, mężów z przebytą lub przebywaną dobrowolnie szkołą hartu, posłuchu, karności, z wyrobioną siłą fizyczną i moralną, na społeczeństwo, na tok spraw naszych żywotnych? Na to pytanie nie umiałem sobie dać odpowiedzi. Jeżeli nie jest tak — dotąd, a przynajmniej nie w tym stopniu, jakby być mogło i powinno, to nie dość stwierdzić, że tak nie jest, ale trzebaby dojść przyczyny. Sądzę że leży ona w dawno wyrzeczonym wieszczym wyroku, że jesteśmy pawiem narodów i papugą! Naśladownictwo form — przywiązywanie wagi do zewnętrznych objawów, niewnikanie zaś w treść i istotę rzeczy. Boję się, abyśmy idąc drogą dotychczasową nie zeszli na rodzaj bractwa kościelnego, które na uroczystość przywdziewa niezwykły strój, związku weteranów lub podobnych towarzystw od robienia parady — i szopek.

Drugi fakt, który mię pobudził do niebywałej czynności t. j. pisania kazania był taki (opowiem to chronologicznie, jak się cały proces myślenia na temat tego faktu odbywał): w numerze 230 „Nowej Reformy" z 30. grudnia 1896 w dziale — wiadomości naukowe etc. — który zazwyczaj we wszystkich dziennikach pomijam, gdyż chyba najmniej można się tam o odnośnych kierunkach poinformować, wpada mi w oczy tłusto drukowany — „Przegląd gimnastyczny"! Powiem prawdę, że przy odczytaniu tylko tych dwóch wyrazów obok siebie zestawionych „Przegląd" i „gimnastyczny" coś mię — jak się lud w naszych stronach wyraża — kuli serca „pikło". Może dlatego, że mam do tego wyrazu „przegląd" uprzedzenie osobiste, uprzedzenie — t. z. przez lekarzy idiosynkrazyą; zaraz mi przychodzą na myśl różne, w różny niedobry sposób powstałe niedobre „przeglądy". Ale mniejsza o to; zaciekawiony idę dalej i dowiaduję się, że w y s z e d ł już w Krakowie pierwszy numer miesięcznika pod powyższym tytułem; dalej czytam w cudzysłowie a więc z pisma wyjęty umieszczony program, następnie niby już od recenzenta pochodzące słowa: „sądzimy, że tylko c i a s n e u m y s ł y, niechętnie i nieżyczliwie zachowywać się będą wobec tak postawionego zadania nowego specyalnego miesięcznika, któremu życzyć trzeba: zdrowia, powodzenia, czy już tylko samego powodzenia"; wkońcu umieszczona cena i treść numeru. Oto, co mię zaraz uderzyło i niezawodnie każdego członka towarzystw sokolich, który na to zwrócił uwagę! Dlaczego? Pierwsze, że o zamierzonem wydawnictwie żadnej poprzednio nie czytało się wzmianki w jedynem dotąd piśmie gimnastycznem, nadto organie Związku Tow. gimnastycznych sokolich. Możliwe są dwojakie tłumaczenia tego zjawiska; albo wydawcy powzięli zamiar wydawanie tego pisma nagle i niespodzianie między 1. a 30. grudnia 1896 tak że nie było czasu i możności dać już wiadomość o tem do „Przewodnika", albo wydawnictwo pochodzi ze strony „Sokołowi" nieprzyjaźnej a już najpewniej konkurencyjnej, ignorującej po prostu istnienie dawniejszego pisma. *Tertium non datur!* Ale — możliwa jeszcze trzecia ewentualność, t. j. że wydawnictwo pochodzi przecie ze sfer sokolich, które jednak uważały za potrzebne kryć swój zamiar aż do ostatniej chwili. Ta ewentualność przedstawiała mi się jako najgorsza i dlatego jako w sokolstwie niemożliwą odrzuciłem. Drugie, co mię uderzyło — i każdego uderzyć musi przy odczytywaniu przytoczonej notatki gazeciarskiej, było wystąpienie zapobiegawcze przeciw wypowiedzeniu zdania o tem nowem wydawnictwie, wystąpienie powiedzmy, co najmniej dziwaczne — przez zarzucenie każdemu mającemu wątpliwość co do potrzeby tego nowego pisma „ciasności" umysłu. Napisał to niby redaktor „Now. Ref.", a przecież w myśl sentencyi sędziowskiej: „*fecit, cui prodest*" — mimowoli nasuwa myśl o pochodzeniu jej od wydawców. A jeżeli tymi wydawcami są Sokoły, to tego rodzaju oświadczenie jest wprost czemś niezwykłem. Wszak jasnem jest, że przeciw nowemu pismu nie mógł wystąpić, ani „Filatelista", ani „Nafta", ani „Nadzieja" i t. p., tylko chyba jedyne pismo gimnastyczne „Przewodnik gimnastyczny". Pismo to jest organem Związku towarzystw gimnastycznych, a więc powyższy zarzut zapobiegawczy trafiałby we władzę naczelną sokolą. Mówię o tem nawiasem, bo chcę tę profilaksę uważać za dobrowolnie uczynioną przysługę „N. Reformy" dla nowego pisma.

Zaciekawiony wszelako zamawiam sobie zaraz numer tego nowego „Przeglądu". Otrzymuję go bardzo rychło — i wyznaję otwarcie — doznaję bardzo miłego rozczarowania; okładka ozdobna pięknym obrazkiem, format, druk, papier, wogóle te zewnętrzne własności, od których zależy pierwsze wrażenie, bardzo korzystne. Idę w treść — znachodzę ją urozmaiconą, ale całkiem dającą się pomieścić w dotychczasowem piśmie fachowem,

więc to mi nie tłómaczyłoby powstania nowego organu, szukam motywow w słowie od redakcyi i właściwie nie znachodzę ich — bo „obudzić uśpiony kult ciała — przezeń krzewić jędrność muszkułów i ducha, przezeń wyrabiać ludzi czynu, charakteru i woli“ — ma także za zadanie „Przew. gimn.“ — a chyba wydawcy nie łudzą się, aby ich „Przegląd“ docierał dalej i do więcej rąk, jak „Przewodnik gimn.“ — mimo dodatku popularnego. Główna treść pisma jest tak specyalna, że tylko uprawiający gimnastykę mogą się nią interesować. Z tem wszystkiem nie uważam zupełnie czasopisma nowego za bezpożyteczne, owszem może oddać niemałą nawet przysługę.

„Przewodnik“, jest dziś jako organ urzędowy sokolstwa w znacznej swej części pismem sprawozdawczem — nadto w wielu sferach nieprzyjaźnych sokolstwu — mało znanym i jego propaganda za gimnastyką, jako urzędowa mało ma uznania; dotrze tam może „Przegląd“ i zmieni poglądy na znaczenie gimn. i tow. sokolich. „Przegląd“ wreszcie przez wytworzenie konkurencyi może nawet wpłynąć na urozmaicenie, ożywienie treści i podniesienie wartości wewnętrznej „Przewodnika“. Owóż wcale nie występuję przeciw „Przeglądowi“ jako takiemu i to nie z obawy, by mi umysł nieściešniał, ale z przekonania. Mimo to widzę ja, i niezawodnie każdy widzi, że jakieś zło jest w tem dziele. A to zło leży — gdzie? — nie w piśmie jako takiem, lecz w jego genezie — poczęciu — i w intencyi.

Oto w wyznaniu redakcyjnem znachodzimy, że pismo to poczęło się przecie w sferach sokolich (3-cia powyżej dana możliwość) i zasilone pracami członków „Sokoła“ znanych dobrych pracowników. W przedmowie znachodzimy motywa założenia tego pisma, zastrzeżenie się, ale całkiem przyzwoite przeciw niechęciom, uprzedzeniom, z wyraźnem zwróceniem się do tych, „którzy na tem samem, co my polu pracując — z powodu niczem nieuzasadnionej obawy rozdwojenia może z pewnem uprzedzeniem przyjmą wiadomość o powstaniu nowego pisma“. Obawa ta przypomina mi sentencyą: *Qui s' excuse — s' accuse.* I ekskusa ta była potrzebną.

Sprawa cała sięga głębiej w przeszłość i istotę sokolstwa a przypomina mi posiedzenie delegatów związkowych w Przemyślu. Między innemi była także poruszona przez delegatów z Krakowa sprawa „Przewodnika gimnast.“. Zarzucali mu braki znaczne, brak urozmaicenia, zbytek kazań t. z. Fiszerowskich etc. W odpowiedzi na to druh Fiszer, ówczesny i obecny redaktor, i inni delegaci zwracali uwagę, że treść może być urozmaiconą, niechaj tylko krakowscy autorowie przysyłają swe prace — wszak tam w Krakowie tyle zdolnych pisarzy — a „Przewodnik“ prace te pomieści. Byłem ciekaw co nastąpi. Otóż, oprócz kilku okolicznościowych, przed zlotem krakowskim pomieszczonych, ani jeden artykuł z Krakowa się nie pojawił. Wiadomo mi, choć siedzę za światem, że już przedtem kłóła się myśl założenia nowego pisma gimnast. w Krakowie. Jakoś temu zapobieżono, aż obecnie przecie myśl tę zrealizowano. Proszę teraz zestawić następujące dane: to co było na zjeździe w Przemyślu, brak literackiego poparcia „Przewodnika“ ze strony Krakowa, zażegnane raz wydawnictwo, przeszłoroczny zlot w Krakowie, wrażenia wyniesione i dyskusya, z której coś niecoś tylko przeszło poza ściany sal obrad, brak wszelkiego zapowiedzenia o zamierzonem wydawnictwie, ekskusę, choć nikt jeszcze nie robił ataku; jakież z tego całego zestawienia wrażenie i wnioski? Choćby ono, jak zapowiada program, unikało polemiki etc., to już samem swem pojawieniem po takich antecedencyach i wśród takich okoliczności jest.... opozycyą, i jak na okładce obok godła narodowego jest herb lokalny Krakowa, tak ja w tem wykonaniu tego płodu, czuję separatyzm Wielkiego Księstwa krakowskiego. Jest to więc sytuacya, powiedziałbym krótko, dziecka nielegalnie spłodzonego. Wina nie w niem lecz w twórcach; najlepszem może być dziecko i najpożyteczniejszem członkiem społeczeństwa, ale to winy rodzicieli nie znosi; ono samo nieraz całe życie nosi na sobie piętno błędu rodziców.

Niechże staraniem będzie ojców poprowadzić swój twór ku dobru sokolstwa i społeczeństwa — jak obiecują*).

J. G

Sprawy Związku polskich gimnastycznych Towarzystw sokolich w Austryi.

Okręg II. tarnowski.

W y d z i a ł o k r ę g o w y. Okręg tarnowski ukonstytuował się 12. kwietnia 1896, o czem już doniesiono. Nie rozwinął on dotychczas swej działalności, wkładki nawet przez gniazda okręgowe nie są wpłacone. Główna przyczyna tego leży w tem, że Wydział Związku nie załatwił dotychczas życzenia Nowego Sącza, ażeby wyłączyć gniazda podkarpackie i utworzyć z nich nowy okręg z Nowym Sączem na czele. Ta zwłoka szkodzi okręgowi tarnowskiemu, gdyż nie pozwala mu się rozwinąć. — A szkoda. — W roku bieżącym możnaby zrobić zlot okręgowy w jednym z gniazd, w czasie Świąt Zielonych. Wiadomo wszystkim, jaki wpływ wywierają takie zloty na rozwój gniazda, w którym odbywają się. — Wprawdzie o zlocie w Tarnowie wobec nieukończonego gmachu mowa być nie może, ale zlot taki można urządzić w którem-kolwiek innem gnieździe okręgowem a z pewnością wpłynie to dodatnio na rozwój tego gniazda. Druhowie wydziałowi z okręgu, myślcie już teraz o tem! *B. M.*

Nowy Sącz. Wynik czwartego l o s o w a n i a a k c y i p o ż y c z k o w y c h b u d y n k u S o k o ł a, odbytego dnia 6. stycznia 1897 w Nowym Sączu jest następujący:

Wrzucono do urny losów 323, z których wylosowano 25 w następującym porządku: 242, 129, 299, 132, 15, 164, 115, 67, 154, 146, 134, 303, 270, 332, 138, 16, 61, 397, 254, 203, 114, 99, 39, 74 i 292. Za Wydział: Prezes: *Lipiński.* Sekretarz: *Tadeusz Huet.*

Stary Sącz. Walne zgromadzenie odbyło się 17. stycznia. Sprawozdanie z czynności Wydziału złożył prezes d. Fiałkowski, sprawozdanie rachunkowe gospodarz i skarbnik. Udzielono sprawozdawcom uznanie i absolutoryum. Z końcem r. 1896 ogólna liczba członków — 63.

Na r. 1897 wybrani: prezesem d. Fiałkowski Juliusz, wicepr. d. Nawratil Antoni, sekret. d. Franciszek Japot, skarbn. d. Seweryn Nawrocki, gospod. d. Leon Pliszewski, bibl. d. Józef Wyczesany, wydziałowym d. Aleksander Pawlikowski; zastępcami: d. Wład. Essen i Józef Molewicz; członkami komisyi rewizyjnej: d. Antoni Jakiel i Floryan Obmiński. Z nowym rokiem: 46 zwyczajnych, 26 wspierających, razem 72 członków.

Okręg III. rzeszowski.

Łańcut. Dnia 21. stycznia Wydział tutejszego gimnastycznego towarzystwa Sokół urządził wieczornicę pożegnalną dla d. Żaklińskiego, starszego geometry ewidencyjnego, który przenosi się do Lwowa na posadę inspektora. W wieczornicy wzięło udział przeszło ośmdziesiąt osób, a mianowicie reprezentanci wszystkich władz, urzędów i sfer towarzyskich. Nadto spotkało d. Żaklińskiego odznaczenie tego rodzaju, iż Wydział Sokoła uchwalił zawiesić portret jego w sali posiedzeń. D. Władysław Żakliński należy do założycieli łańcuckiego

*) Stanowisko nasze wobec „Przeglądu“ określiliśmy we właściwem miejscu; jeżeli mimo to umieściliśmy zdanie powyższe, to nie tylko dlatego, że ono pochodzi od osobistości zajmującej w sokolstwie bardzo poważne stanowisko, lecz i dlatego, że ono jest wyrazem opinii bardzo licznego koła druhów; a takiej opinii nie mogliśmy odmówić miejsca w piśmie, które jest organem wszystkich Sokołów. *Redakcya.*

Sokoła, którego był dyrektorem przez lat pięć, i zajmował się zawsze gorliwie interesami jego.

Rzeszów. W dniu 6. grudnia urządziło tutejsze towarzystwo gimnastyczne Sokół wieczorek z produkcyami gimnastycznemi, wykonanemi przez członków, ze współudziałem muzyki, z jednoaktówką i deklamacyą. Wieczorek rozpoczął się wstępnem słowem, wygłoszonem przez prof. Całczyńskiego, który z wielkim zasobem odwagi cywilnej, wygłosił poglądy słyszane w mieście po raz pierwszy z naszej estrady. Słuchano go z niezwykłem zdziwieniem — głoszącego na wieczorku sokolim zasady — pozytywizmu....

Ćwiczenia gimnastyczne laskami, wykonane przez naszych druhów w czterech rzędach — wypadły wzorowo z doskonałą precyzyą i miarą. Piramidy na wolno stojących drabinach piękne, nadzwyczaj efektowne, spotkały się z powszechnem uznaniem. — Obserwowaliśmy, że niebezpieczne położenie na drabinach ćwiczących druhów wywoływało rozdrażnienie nerwowe na sali, choć przecie wiadomo, że ćwiczenia na drabinach, jakkolwiek niewątpliwie bardzo trudne, nie są tak niebezpiecznemi.

Słowa uznania należą się deklamatorce, amatorom, którzy odegrali Fredrowskie „Consilium facultatis", a zwłaszcza pięknym amatorkom, które wśród ciężkich dość stosunków przyjąwszy role, bardzo dobrze się z zadania wywiązały, i muzyce 90 p. p., której znakomite produkcye dość są znane, abyśmy jeszcze potrzebowali o nich więcej się rozpisywać.

Wieczorek pozostawił po sobie zarówno piękne wrażenie, jak rozbudził poważne myśli i dlatego uważamy go za najlepszy objaw naszego życia towarzyskiego w ostatnim sezonie. Po wieczorku odbyli druhowie wieczornicę, która przeciągła się prawie do północy. — Dochód z wieczorku, pomimo niskich cen, oraz wrogiej agitacyi pewnych „osobników" dał 126 zł. 45 ct.

Okręg IV. przemyski.

Jaworów. Od pół roku już milczę, gdyż gniazdo nasze spowite snem letargicznem nie dostarczało mi dostatecznego materyału dodatniego do podania Szanownej Redakcyi. Odpoczywamy już nazbyt długo, po czem właściwie, wyznać muszę, że nie wiem, bo niedokonaliśmy w z. r. żadnego nad siły dzieła. Że odpoczynek taki, a prawdziwiej powiedziawszy, zastój i zanik działalności we wszelkich kierunkach, zabójczo działa na rozwój towarzystwa, zbytecznem byłoby podnosić. Smutne objawy tego widzieliśmy, o czem niżej pomówię, przechodząc teraz do zrejestrowania tego cośmy w upłynionym półroczu zrobili.

Po popisie czerwcowym (patrz 9. nr. „Przew.") nie ustawaliśmy w dalszych ćwiczeniach, aby się godnie w Krakowie zaprezentować. Stanęło nas tam do pochodu 15, do ćwiczeń wolnych i laskami 10. W czasie ćwiczeń przyrządami, ćwiczyliśmy pchadłem. Jakkolwiek reprezentacya nasza w Krakowie nie była ostatnim wyrazem możności względnie powinności naszej, przecież zadowalniającą nazwać ją można.

Po powrocie z Krakowa usnęliśmy na laurach tamże osiągniętych, a całe życie sokole skoncentrowaliśmy w sporcie kręgielnianym. Kwartał trzeci przeszedł bez ćwiczeń. W październiku na 11-tu ćwiczeniach było 76 ćwiczeńców — najmniej 5, najwięcej 9 a przeciętnie 7 czyli 13% ogółu miejscowych druhów. W porównaniu z rokiem poprzednim spadł ten % o 2. W listopadzie nie odbywały się znowu ćwiczenia z powodu nauki tańców pobieranej przez kilku ćwiczeńców. Wstrzymanie to wpłynęło niekorzystnie na grudzień. Do tej pory odbyły się dwa ćwiczenia przy szczupłej liczbie ćwiczeńców. Pod względem ćwiczeń jesteśmy więc w upadku i zdaje mi się, iż jesteśmy już tak zgangrenowani, że nie jesteśmy nawet w stanie ocenić wartości ćwiczeń fizycznych. Smutne to — lecz prawdziwe. Któż bardziej ich potrzebuje, jak ludzie wchodzący w skład naszego towarzystwa? Cały dzień przykuci do stolików, w atmosferze nie zawsze korzystnej, nie umiemy oderwać się i od innych stolików zabawy czy dalszej pracy, aby na sali gimnastycznej, dać ciału to, co mu się należy. Którędy chodzi młodzież nasza, to chyba dyabeł wie, bo ja nie. Złem wielkiem jest zakorzenione a mylne u nas pojęcie „młodzieży", którą się łączy jedynie z kawalerstwem, każdy więc żonaty, choćby najmłodszy, ma się już za taką powagę, że mu ćwiczenia gimnastyczne nie przystoją, zapominając, że ćwiczenia gimnastyczne ni zdrowiu, ni powadze jego w żadnej mierze zaszkodzićby nie mogły.

Dnia 17. listopada mieliśmy wieczorek Mickiewicza a 28. wieczorek listopadowy. Na oba złożyły się deklamacye, gra na cytrze, fortepianie i skrzypcach oraz odczytanie wyjątków z prac Bełzy i Pepłowskiego. Wieczorki te odkryły nam rzecz zupełnie nową i nigdy niespodziewaną — bo o dziwo — pokazało się, że nasza więcej niż mała salka jest na Jaworów za wielką. Przeraźliwe pustki w obu wypadkach robiły na uczestnikach przygnębiające wrażenie. Więc wspomnienie Mickiewicza — wspomnienie bohaterów listopadowych — nie jest już u nas zdolnem wypełnić małej salki choćby w połowie? Gdzież był kwiat polskiej intelligencyi — gdzież matki i kobiety polskie, które wieszcz, zwykle niezapomnianym zwany, tak czcił i uwielbiał? Czy to nie gorszy objaw naszego życia, niż brak ćwiczeńców na sali? Braku uczuć patryotycznych nie chciałbym nikomu imputować, nie można jednak nie przyznać, że objawy ich na naszym gruncie, w starym grodzie Sobieskiego, są co najmniej dziwne, jeżeli nie smutne.

Ubiegły rok zakończyliśmy wieczornicą sylwestrową, która zgromadziła znacznie więcej osób, niż ostatnie przez nas urządzone wieczornice. D. Schumacher wygłosił rzecz o „Polskiej kobiecie — pogance", poczem nastąpiły monologi, deklamacye, gra w tombolę, a w końcu nadprogramowo tańce. Zakończyliśmy przeto 1896 r. względnie wesoło i daj Boże, aby ta wesołość była pobudką do usilniejszej i bardziej intensywnej pracy naszej w bieżącym roku.

W grudniu mieliśmy tylko 6 ćwiczeń z 37 ćwiczeńcami. Najmniej było 5, najwięcej 8, przeciętnie 6 a wogóle miejscowych druhów 11%. Był to co do ćwiczeń najgorszy miesiąc, stojący na równi ze styczniem.

W całym roku 1896 mieliśmy 85 ćwiczeń z 813 ćwiczeńcami. Najmniejsza liczba ćwiczeńców była 3, największa 17, przeciętna 9. W roku ubiegłym ćwiczył 16 procent ogółu druhów miejscowych. Są to cyfry najzupełniej prawdziwe i nie koloryzowane dla honoru gniazda. W liczbę ćwiczeńców nie liczono ani Kościuszki i Mickiewicza (biusty stojące w ćwiczebni), ani tych, którzyby ćwiczyli, gdyby byli przyszli, ani tych, którzyby ćwiczyli, gdyby byli zdrowi, ani wreszcie tych, którzyby ćwiczyli, gdyby się im było zechciało. Zdaje mi się bardzo, że w niektórych gniazdach na takich podstawach obliczają ćwiczeńców. Lecz cóż warta taka statystyka? O czem ona właściwie poucza? Chyba o małoduszności i braku odwagi przyznania się do istniejącego złego.

Jedynym działem bardzo się rozwijającym w naszym gnieździe, jest biblioteka. Rozwój ten jednak jest jednostronnym, gdyż wzmaga się tylko cyfra tomów, cyfry zaś czytających i przeczytanych tomów zmniejszają się. Tego zaś nie można nazwać objawem pocieszającym. Biblioteka nasza jest dziś pierwszą między sokolemi, gdyż wedle stanu w dniu 31. grudnia liczyła 787 dzieł, w 1.000 tomach, a już w styczniu zwiększyła się o przeszło 30 tomów. Biblioteka pomnaża się prawie wyłącznie darami. Prym w tej mierze trzyma zawsze czcigodny nasz druh prezes, który w ubiegłym roku ofiarował 170 tomów. Zresztą ofiarowali dd.: Haimann 21, Wroński 11, Dr. K. Zaleski i Schumacher po 3, Pikul-

ski 2, Marenin, Wł. Orłowski i Skulski po jednym tomie.

Dnia 7. lutego odbędziemy roczne Walne zgromadzenie. Czołem! *Waleryan Schumacher.*

Okręg V. lwowski.

Sokal. Staraniem Wydziału tutejszego towarzystwa Sokół urządzono dnia 3. grudnia z. r. nabożeństwo żałobne za poległych w r. 1831. Niestety — zbyt mało było takich, co zrozumieli obowiązek uczestniczenia w takim obchodzie. Mimo szczupłej garstki obecnych zebrano, drogą składki, w czasie nabożeństwa dość znaczną stosunkowo kwotę 19 zł. 50 ct. Po opłaceniu niezbędnych wydatków pozostałą resztę 14 zł. 50 ct. przesłano na fundusz weteranów z 31 r.

Dnia 6. grudnia odbył się w sali Sokoła wieczór św. Mikołaja, urządzony dla dziatwy członków towarzystwa, również staraniem tutejszego Wydziału. Rozdanie upominków zgromadzonej dziatwie poprzedziło przedstawienie amatorskie, odegrane przez młodziutkie siły.

Okręg VII. stanisławowski.

Stanisławów. We środę dnia 2. grudnia, odbyły się w Sokole ćwiczenia inauguracyjne przy muzyce Harmonii. Wzięła w nich udział znaczna liczba druhów, znaczniejsza część atoli takich, którzyby doskonale ćwiczyć mogli — przypatrywała się z galeryi. Po gimnastyce, podczas której wykonano po raz pierwszy ćwiczenia ułożone na zlot okręgowy (jeszcze nie zatwierdzone?), odbyła się w sali szermierczej przy wspólnej wieczerzy swobodna pogadanka, której tematem było przedewszystkiem to, że wszyscy druhowie powinni ćwiczyć i pielęgnować w Towarzystwie ducha równości i karności sokolej. Dyskusya ta wywołała różne poglądy na tę równość, wszyscy atoli w końcu przyznać musieli, że w Sokole naszem idea ta jest konsekwentnie przeprowadzaną i ściśle przestrzeganą. Zaczem tylko ludzie złej woli, albo nieznający bliżej ducha, jaki w Towarzystwie panuje, mogą Sokołowi pod tym względem czynić pewne zarzuty.

Sprawy Związku polskich gimnastycznych Towarzystw sokolich w państwie niem.

Związek. Protokół posiedzenia Wydziału Związku Sokołów z dnia 20. grudnia 1896 r. Prezes zawiadamia, że w Okręgu I. (północnym) odbyło się zebranie prezesów i naczelników okręgowych dnia 29. listopada 1896 roku w Mogilnie. Wybrano prezesem Dr. Józefa Krzymińskiego w Inowrocławiu, zastępcą Józefa Starka w Mogilnie, naczelnikiem Wojciechowskiego w Strzelnie, zastępcą Urbańskiego w Gnieźnie.

Do Związku zgłosiły się następujące gniazda: 1. Oborniki — założone 6. września 1896 r. — prezes Franciszek Rakowski — przyłączono do okręgu II. (środkowego); 2. Pelplin — założ. 13. grudnia 1896 — prezes Jan Górski — przyłączono do okręgu IV. (nadwiślańskiego).

Prezes zawiadamia o załatwieniu korespondencyi z kilku gniazdami tyczącej się drobnych spraw bieżących. Spis członków nadesłały gniazda w Strzelnie i Chełmnie.

W sprawie używania stroju sokolego zapadła na posiedzeniu Wydziału ze względu na liczne zapytania tyczące się szczególnie stroju sokolego na ślubach następująca uchwała: W uroczystościach prywatnych w stroju sokolim wystąpić nie wolno! — Uchwała powyższa zgodną jest — zdaniem Wydziału — z treścią i duchem obowiązującego „Regulaminu".

Przy tej sposobności donosimy gniazdom, że materye na strój sokoli można w większej masie sprowadzać od p. Zajączka z Kęt w Galicyi; materye na pojedyncze stroje dostarcza po cenie fabrycznej wraz z przyborami Towarzystwo sokole w Poznaniu. Przepisane jednolite koszulki do ćwiczeń, ma na składzie d. Kalinowski i Dychtowicz, Poznań, Stary Rynek.

Bytom. W odezwie komisyi funduszu budowy „Domu Sokoła" umieszczonej w poprzednim nr. „Przewodnika gimn." (str. 9.) podano wiernie wynik dotychczasowych, przez policyę udaremnianych zabiegów, o wynajęcie sali do ćwiczeń, względnie na zebrania. Przekonaliśmy się, że nie dostaniemy takiej sali u żadnego restauratora, bo każdy obawia się całkiem otwarcie wypowiedzianej groźby — nadzoru policyjnego.

Jednakże nie daliśmy się odstraszyć, jako też nigdy się nie damy, i wynajęliśmy u jednego gospodarza *skład* próżny, w którymby można było jako tako się ćwiczyć. Zameldowaliśmy więc na policyi, że tam się ćwiczenia odbywać będą. Policya, wierna opiekunka nasza, przyszła też zaraz w pierwszy wieczór ćwiczeń w sile *dwóch żandarmów i jednego policyanta* do oznaczonego składu i zakazała nam odbywać tam ćwiczeń, a to bez podania jakiegokolwiek powodu; na zapytanie o tenże powód, nie dostaliśmy jeszcze odpowiedzi.

Przestaliśmy więc ćwiczyć się, lecz dowiedzieliśmy się, że policya pilnie nas śledziła, czy gdzie zgromadzeń nie odbywamy. Na pozór był niby spokój. Nareszcie 13. grudnia z. r. przybyło do dwóch druhów *sześciu urzędników policyjnych* odbywając u nich rewizyą; przewracali łóżka, kieszenie itp. Nazajutrz w poniedziałek odbyło się to samo u reszty druhów i to równocześnie, tak że cała policya była nami zajęta; chodzić miało o poszukiwanie karteczek przedstawiających kwit na 10 fen., które druhowie pomiędzy sobą zbierali na sztandar. Jednemu druhowi zabrano kilka książek, będących jego własnością. Nie koniec na tem, poszli panowie owi w niedzielę do gospodarza, od któregośmy wynajęli ten sklep i bez uprzedzenia nas weszli drzwiami obok mieszkającego komornika do naszego składu, oderwali zamek od skrzynki, w której schowano laski do ćwiczeń i tam także odbyli rewizyą. Konia od ćwiczeń oglądali ze wszystkich stron, czy nie ma w nim jakiej skrytki; dopytywali się jeszcze, czy nie mamy jakiego sklepu do przechowywania czegoś. Zdawaćby się mogło, że szukano u nas jakiego dynamitu, lub czegoś podobnego. Gospodarzowi zwrócili uwagę na to, jak może on, taki porządny człowiek przetrzymywać w swoim domu „*takich ludzi*". — Ten też wiarus, wiedząc że jedynem nieszczęściem naszem to, że jesteśmy Polakami, także im swoje zdanie powiedział. Ale nietylko z policyą, lecz i z innymi mamy do walczenia. Niedawno wydał jeden „Turnverein" (jest ich tu trzy) broszurkę ze sprawozdaniem rocznem. W niej tak się o nas wyraził:

...„Im Oktober 1895 trat der polnische Turn-Verein „Sokół" ins Leben, der nach dem bekannten Muster der czechischen Turnvereine, von denen auch der Name entlehnt ist, seine *deutschfeindliche grosspolnische Gesinung auch bereits bethaetigt hat durch Besuch der polnischen Nationalturnfeste in Krakau und Posen*, wo die Turnerei theils zum Deckmantel, theils als Mittel zum Zweck *grosspolnischer Parteipolitik* benutzt wird, wie die dort gehaltenen *Hetzreden* erkennen lassen. (Same kłamstwa). Hier gilt es jetzt mit verschärfter Aufmerksamkeit die *deutsche Wacht an der Ostgrenze* zu halten. Um so mehr ist die Theilnahmlosigkeit der sogenannten besseren Stände unseren Bestrebungen gegenüber zu beklagen, während die Polen zusammenhalten und in Folge dessen über *reichliche Geldmittel* verfügen und wohl bald im Besitz einer eigenen Turnhalle sein werden....".

Najśmieszniejsze już jest to: „reichliche Geldmittel" nie wiedzą, jakby się to teraz nam przydało. I tak ze

wszystkich stron starają się nam dokuczać z pewnością, aby nas zniechęcić. Lecz jeżeli o to chodzi, to szkoda, panowie, waszej żółci, bo my wszystko przetrwamy.

....„nas przemoc zniszczyć nie zdoła....“ owszem hartujecie i innych ze snu wzbudzacie, a to nam tylko na zdrowie wyjdzie. My wiemy, że: „im gorzej, tem lepiej!“. My zanadto kochamy naszą ziemię, naszą kochaną polską mowę i to z wrodzoną miłością i mocnem przekonaniem.

Rowizye powyższe dały powód gazetom niemieckim do rozszerzania zupełnie nieprawdziwych wiadomości. Owe gazety głoszą, że znaleziono przy rewizyi wiele bardzo zajmujących rzeczy, mianowicie u przewodniczącego „Sokoła“, redaktora „Katolika“ d. Dąbka.

Po prawdzie u redaktora nie znaleziono niczego i nie zabrano ani świstka papieru. U jednego z członków zarządu (sekretarza), znaleziono i zabrano książeczkę z kwitkami składkowymi, spis adresów gości, zaproszonych na rocznicę, i spis kilku ludzi, którzy razem z owym członkiem grają w loteryą. To jest wszystko.

Kłamliwe wiadomości o rewizyach rozszerzają tacy Niemcy, którym chodzi o to, ażeby znaleść coś „ciężkiego“ na Polaków. Najchętniej by jaki „spisek polski“ chcieli odkryć, bo teraz niektórym Niemcom akurat potrzeba „spisku polskiego“, ażeby tem mocniej Polaków prześladować, ażeby ich można potępić jako złych obywateli. Tymczasem Polacy nie chcą być tacy głupi, aby spiski zakładać lub też jakiekolwiek takie rzeczy robić, któreby się prawom sprzeciwiały.

Lecz nie skończyło się na tych rewizyach. Bo oto 21. grudnia z. r. sąd ławniczy w Bytomiu uznał sokole towarzystwo nasze za polityczne i to z następujących powodów:

1. że w obchodzie rocznicy założenia Sokoła wzięli udział „wielkopolscy agitatorzy“ (n. p. Korasewski z Opola, Łukasik z Bytomia, Okulicz z Katowic);

2. że kilkunastu członków bytomskiego „Sokoła“ pojechało na zjazd „Sokołów“ do Krakowa;

3. że „Sokół“ otrzymał zaproszenie na zjazd „Sokołów“ w Poznaniu (gdzie jednak nikt z Bytomia nie był);

4. że na zabawie „Sokoła“ Wrocławskiego był jeden członek „Sokoła“ Bytomskiego;

5. że podług statutów „Sokoła“ Bytomskiego nie potrzebują płacić wstępnego tacy, którzy byli członkami „Sokoła“ gdzieindziej;

6. że „Sokół“ Bytomski stoi w przeciwieństwie do niemieckich turnerów przez to, iż się z nimi nie łączy i na zebraniach używa polskiego języka;

7. że członek „Sokoła“, Majewski, ofiarował ze sprzedaży obrazu swego nazwanego „Rozbiorem Polski“ po 50 fenygów na budowę sali turniejowej „Sokoła“ w Bytomiu.

Sędzia dodał, że „Sokół“ ma w istocie ten cel, ażeby Polaków skupiać, a przygotowywać na „możliwe przyszłe wypadki“.

Przewodniczący „Sokoła“ redaktor Dąbek został skazany po 2-godzinnej rozprawie na 30 marek kary i koszta za to, że 2 członków „Sokoła“ z Brzezinki zameldował tylko na policyi w Bytomiu, a nie także u amtowego w Brzezince. Jedynym świadkiem w tej sprawie był komisarz nadgraniczny p. Mädler. Policya w Brzezince żądała tylko 15 m. kary. Sąd ławniczy jednak podwoił karę uzasadniając to tem, że przewodniczący nie miał rzeczywistej przyczyny odwoływać się do sądu w tej sprawie.

Uznanie towarzystwa naszego za polityczne oznacza, że ma ono być więcej dozorowane przez policyę! Z tego, co opowiedziano o postępowaniu policyi przed wydaniem wyroku sądowego, wynika jasno, że chyba już więcej dozorować nas nie można....

Kronika.

— † **Dr. Maciej Krobicki**, adwokat krajowy w Delatynie, zmarł 1. stycznia b. r. po dłuższej a ciężkiej chorobie. Prawość i zacność charakteru, gorąca miłość Ojczyzny i narodowych ideałów, szczera chęć służenia każdej sprawie dobrej, oto, dlaczego w krótkim czasie zjednał sobie szczere sympatye u wszystkich, którzy go bliżej znali. Zmarły był kilka lat syndykiem miasta Kołomyi, dyrektorem Spółki handlowej rolniczo-przemysłowej i członkiem wydziału różnych towarzystw miejscowych o celach narodowych i społecznych. Był także wydziałowym Sokoła kołomyjskiego. Przed dwoma laty przeniósł się do Stanisławowa ze względów familijnych, a w lecie z. r. do Delatyna, gdzie groźna choroba, która poczyniła była już zbyt wielkie postępy, przerwała żywot jego w sile wieku męskiego. Pogrzeb odbył się w niedzielę dnia 3. stycznia w Delatynie.

Cześć jego pamięci!

— **Drugie pismo sokole.** Pod tym napisem zawiadomiliśmy w r. 1893 (str. 127 i 144) czytelników naszych, że w łonie Sokoła krakowskiego powstała myśl stworzenia organu poświęconego głównie sprawom tego Sokoła, że przeciw tej myśli wystąpiono z obawami o solidarność i jedność, jaką znamionuje się instytucya sokolstwa (którychto obaw nie podzielaliśmy wcale) i że obawy te spowodowały Wydział Sokoła krakowskiego do wezwania inicyatora, aby zaniechał zamiaru wydawania pisma, które miało program czysto lokalny. Widać atoli, że każda myśl ma to do siebie, iż raz powzięta, prędzej czy później musi urzeczywistnić się czynem. Bo oto, tym razem bez zapowiedzi i wzywania towarzystw sokolich do prenumeraty, jak było w r. 1893, wyszedł w Krakowie 1. stycznia b. r. pierwszy numer „*Przeglądu gimnastycznego*“, pisma poświęconego sprawom ćwiczeń fizycznych, a zatem już nie lokalnego. Jako odpowiedzialny redaktor i wydawca tego pisma podpisał się d. Dr. Stanisław Rowiński. Nie wiemy oczywiście, jak ogół sokolstwa pod pierwszem wrażeniem zechce ocenić fakt pojawienia się tego drugiego miesięcznika sokolego, atoli z naszej strony oświadczamy, jak zawsze, otwarcie i po sokolsku, że godzimy się w zupełności na zapatrywania wyrażone we wstępnem słowie, iż „jak ludzi w dobrej sprawie pracujących, nigdy za dużo być nie może, tak samo i pisma, które ma uczciwy a pożyteczny cel na oku, niepotrzebnem i zbytecznem“ nazwać nie możemy, że owszem i my „zamierzamy pozostać na stanowisku ściśle przedmiotowem“ i trzymać się „zdala od wszelkich osobistych wycieczek, zdala od wszelkich polemik, chyba fachowych“, że zatem nie możemy wziąć do siebie, jako „pracujący na tem samem polu“ wyrażonej pod przejrzystym adresem obawy przyjęcia „wiadomości o powstaniu nowego pisma z pewnem uprzedzeniem, jeżeli już nie z niechęcią“. Możemy oczywiście wyrazić żal, że dość częste nawoływania nasze zwracane do fachowych gimnastyków polskich o zasilanie „Przewodnika gimnastycznego“ pracami odpowiadającemi jego tytułowi i przeznaczeniu, nie zdołały dojść tam, gdzie ich tylu i tak wykształconych, możemy dalej wyrazić zdziwienie, że w osobnym dodatku rozpoczęto, a w dalszych zapowiedziano tematy z dziedziny ćwiczeń fizycznych, które spodziewano się pozyskać dla związkowego wydawnictwa podręczników gimnastycznych, atoli to wszystko nie może być powodem, abyśmy „młodszym pracownikom na tem samem polu mieli odmawiać, w razie potrzeby, swej pomocy duchowej i poparcia“. Natomiast wyrażamy też nadzieję, że Redakcya nowego pisma nie weźmie nam za złe, jeżeli od czasu do czasu, tematy ważniejsze, któreby zwłaszcza w jego początkach — jak zwykle trudniejszych — nie mogły dostać się do wiadomości szerszego ogółu sokolego, przedrukujemy w piśmie naszem — w gra-

nicach ustawy o ochronie własności literackiej. Nie wątpimy też, że nasze związkowe grono nauczycielskie, grono lwowskie i inni fachowi gimnastycy polscy zechcą dotrzymać kroku współpracownikom „Przeglądu gimnastycznego“ i w chwalebnym wyścigu mającym na celu zwiększenie ruchu gimnastycznego i obudzenie z uśpienia wielu z druhów i gniazd sokolich, będą zasilać nasze pismo takiemi pracami fachowemi, z których i „Przegląd“ czasem skorzystać zechce.

Pierwszy numer „Przeglądu“ zawiera: Od Redakcyi. — O potrzebie należytego oczyszczania podłóg w salach gimnastycznych, nap. prof. Dr. O. Bujwid. — O ćwiczeniach na stole. Ułożył K. H. — Pochód ozdobny (z rysunkami). Ułożył Z. Wyrobek. — Ćwiczenia wolne. Projekt K. Usiekniewicza na zlot okręgowy, mający się odbyć w Wadowicach w r. 1897. — Koń wszerz. Łączenie woltyży okrocznych i odbocznych. Ułożył J. Waszkiewicz. — Pytanie (w jaki sposób usunąć śliskość posadzki w salach gimnastycznych). — Sprawozdania z piśmiennictwa gimnastycznego. — Niobe, wiersz Józefa Ptasia. — Szarada. — Kronika — W osobnym dodatku: Zapasy na tułów i ramiona przez S. Rucińskiego i Z. Wyrobka.

Nie sądzimy, aby było właściwem umieszczenie projektu ćwiczeń wolnych na zlot wadowicki, skoro projekt ten musi być jeszcze traktowany w myśl §. 18. regulaminu dla okręgów, a przeto może jeszcze uledz zmianom. Również uważamy jako rzecz niezwykłą umieszczanie w pismie gimnastycznem szarady, która z gimnastyką ma chyba tyle wspólnego, że rozwiązanie jej (Dur—Ski) daje imię znane każdemu, „kto jest ćwiczącym Sokołem“.

Piśmiennictwo gimnastyczne i hygieniczne.

„Przegląd gimnastyczny“ nr. 1. zawiera: p. wyżej.

„Sokol“ nr. 1. zawiera: K novému roku! — Na pravou cestu. — Feuilleton (Francie a gymnasté). — Tělesna cvičení našich předků. — Počatki tělocviku w Praze. — Navrh na organisaci cvičitelstva. — Plody Joinvillu. — Naše tělocvičny. — Na podporu sokolské a národni věci v krajinach ohrožených. — Na půdě ohrožené. — Literatura. — Zprávy jinonárodné. — Zprávy slovanské. — Růžne zprávy.

Wychowanie fizyczne w szkołach średnich monarchii austryackiej. — Napisał Edmund Cenar.

Odpowiedź Redakcyi.

— *D. Kajd w Stryju.* Nie nadaje się do umieszczenia. Radzilibyśmy szczerze kształcić się i przekonywać, że poezya cmentarna należy już do niepowrotnej przeszłości, a sam druh osądzi, czy należy — zaniechać dalszych podobnych „występów“.

Odpowiedzialny redaktor **Antoni Durski.** Nakładem Związku polskich gimnast. towarzystw sokolich.
Z I. Związkowej drukarni we Lwowie, Lindego l. 4.